گاتاها

سرودهای مینوی زرتشت

برگردان از زبان اوستایی
دکتر نیمافرین و فرامرز دادرس

انتشارات فرهنگ ایران

نام نسک	گاتاها، سرود های مینویی زرتشت
نویسندگان:	نیما فرمین، فرامرز دادرس
ناشر	انتشارات فرهنگ ایران
تاریخ انتشار	آذر ماه- نوامبر ۲۰۱۲
شمار رویه ها	۱۳۰
شابک	978-2-9543776-0-5
فهرست نویسی	فیپا
درباره	گاتاها- سرود های زرتشت
شناسه افزوده	فرمین، دادرس، برگردان

Edition Farhang Iran France

edition@farhangiran.com

www.farhangiran.com

فهرست

بخش ها	رویه

پیش گفتار

گاتا ها، کهن ترین بخش اوستا و گویای اندیشه های ژرف زرتشت در زمینه های فرزانی و فرخویی است.

زرتشت با سخنی روان و به شیوه یی گویا، خردمندانه، بر پایه هنجار هستی، راه نیک زیوی را به مردم گیتی می آموزد.

زرتشت، با بن مایه های اشا " راستی" ، وهومن" اندیشه ی نیک" ، خشترا " توانایی مینوی" ، آرمَیتی "پارسایی" ، هوروتات " رسایی" وامرتات " جاودانگی" و تکیه بر بینش وخرد ، بر آن است، که هرکس آزادانه زندگی خویش را سامان دهد. در راستای این اندیشه، هرکس پاسخگوی گفتار،کردار و رفتار خود می باشد.

سه پاس زرتشت، اندیشه ی نیک " هومت" ، گفتار نیک " هوخت" و رفتار نیک " هورشت" ، نشانه ی جایگاه والای فرخویی زرتشت در بهزیستی مردم است.

زرتشت ، گاتا ها را در پنج بخش سروده است :

بخش۱ * اَهونَوَدگات (نیایش)
بخش۲ * اُشتَوَدگات (تندرستی)
بخش۳ * سپَنتمَدگات (خرد سامانده)
بخش۴ * وُهوخْشتَرگات (توانایی مینوی)
بخش۵ * وَهیشتوایشْت‌گات (والاترین آرزوها)

بیش از چهار هزار سال از روزگار زرتشت می گذرد، ولی همچنان سرودهایش تازه، جان بخش، دل نشین و آموزنده است.

گاتا ها به زبان کهن اوستایی است، این زبان در درازای سده ها به دست فراموشی سپرده شده بود.

جنبش روشنایی دراروپا ، زمینه ساز پژوهش های زبان شناسی و شناخت اندیشه های زرتشت شد، و تا امروز نیز همچنان دنبال می شود.

در ایران و هند، فرزانگانی که به ارزش های فرهنگی ایران زمین دلبستگی داشتند، به برگردان دین دبیره کمر

بستند، و گنجینه بزرگ اندیشه های زرتشت را به روی ایرانیان گشودند.

با سپاس و ارج نهادن به کار پیشینیان، در برگردان این نسک برآن شدیم، تا آن را به زبان پارسی سره و روان، به ایرانیان آزاده ودلبستگان به فَر و فرهنگ کهن ایران زمین پیشکش کنیم.

با نگر به این که در کشورهای بیگانه پژوهش های زبان شناسی و اوستا شناسی همچنان دنبال می شود، بی شک این آخرین برگردان نیز نخواهد بود. امید است، که با از میان رفتن پندارهای فرهنگ ستیز در ایران، پژوهش های زرتشت شناسی و اوستا شناسی ازسرگرفته شود .

گاتا ها

بخش ۱

اَهونَوَدگات

سرود ۱

هات۲۸

۲۸/۱

ای مزدا،

با دست های افراشته و نیایش،
یاری گوهرپاک ترا خواستارم.
تا در پرتو خرد، راستی، اندیشه وکردار نیک ،
روان گیتی را خشنود کنی.

۲۸/۲

ای مزدا اهورا،

درپرتو اندیشه ی نیک به تو روی می آورم، و از تو می خواهم،
دوجهان مینوی وماتکی را به من ارزانی داری،
و پیروان راه راستی را کامیاب و سربلند کنی.

۲۸/۳

ای مزدا اهورا،

ترا ستایش می کنم ،
با سرودی که پیش از این کسی نسروده است.
در پرتو راستی ، اندیشه ی نیک، رسایی ، پارسایی ،
و توانایی مینوی، پیروان راه راستی را یاری کنی.

۲۸/۴

ای مزدا اهورا ،

تا آن جا که نیرو و توان دارم،
درپرتو راستی ، اندیشه وکردار نیک،
ترا ستایش می کنم .

پاداش خود را برمن ارزانی دار.

۲۸/۵

ای مزدا ،

کی مرا به **اشا** و **وهومن** نیک می رسانی،
تا برترین راه را برای آموزش های مینوی تو دریابم ،
و با پیام مینوی تو، گمراهان را به آیین راستی راهنمایی کنم .

۲۸/۶

ای مزدا ،

در پرتو **اشا** ، دهش همیشگی خود را بر **زرتشت** ارزانی دار.

ای اهورا،

با سخنان والا به من توانایی ده، و مرا یاری کن،
تا بر، ستم و آزار دشمن چیره شوم .

۲۸/۷

ای مزدا،

پاداش اشا و اندیشه ی نیک را به ما ارزانی دار،

ای **آرمَیتی**،
به **گشتاسپ** و من توانایی بخش، و ما را یاری کن،
تا پیام مینوی ترا دریافته ، و کامروا شویم .

۲۸/۸

ای اهورا ،
برترین **اشا** وهنجار زندگی را،
درپرتو اندیشه ی نیک به من ، **فرشوستر** و یارانم، ارزانی دار.

۲۸/۹

ای اهورا مزدا،
ای **اشا** ، ای **وهومن** ،
در خشنودی تو همواره کوشا خواهم بود .
برترین ستایش های خود را به تو پیشکش می کنم.
نیک می دانم ، که تو برترین توانایی مینوی هستی .

۲۸/۱۰

ای مزدا اهورا ،
در پرتو راستی و اندیشه ی نیک،
پیروان راه راستی را کامروا کن ،
تا آیین مینوی ترا فراگیرند .

۲۸/۱۱

ای مزدا اهورا ،
باشد که با این آموزش ها ،
اشا ، **وهومن** را برای همیشه پاسداری کن .
بر من آشکار کن، در آغاز چگونه جهان مینوی
و زندگی پدیدار شده است ؟

سرود ۲
هات ۲۹

۲۹/۱

روان گیتی گله می کند ، برای چه مرا آفریدی ؟
کی مرا هستی داد ؟
خشم، کینه توزی، تند خویی ، به بند انداختن و زور گویی، مرا فراگرفته است.
کردار شایسته را بر من آشکار کرده ، و مرا راهنمایی کن .

۲۹/۲

سپس آفریدگار گیتی از **اشا** پرسید ،
چه کسی را برای رهبری مردم می شناسی ؟
تا از او پشتیبانی کنم .
کسی که بتواند، با کار وکوشش گیتی را آباد کند،
و دروندان را از خشم بازدارد.

۲۹/۳

اشا پاسخ داد، در میان مردم سرور نیرومند و مهربانی، که پای بند به پیمان بوده وزیردستان را توانا کند ، نمی شناسد .
چنین کسی باید تواناترین باشد، تا یاری اش کنیم .

۲۹/۴

ای مزدا ،
به راستی تو از رویدادهای گذشته آگاهی، و می دانی،
که پیروان خدایان پنداری ، با مردم چه کرده اند .
ای اهورا ،
تو یگانه داوری ، و هر چه بخواهی ، همان روی می دهد .

۲۹/۵

ای اهورا ،
من وگیتی بارور با دست های برافراشته ترا ستایش می کنیم،
ای مزدا ،
از تو می خواهم، که دروندان به پارسایان ورهبر آنان آزار نرسانند .

۲۹/۶

آنگاه ، **اهورا مزدای** دانا و آگاه به رازها گفت ،
ایا در پرتو **اشا** ، رهبری می شناسی ،
تا برای پشتیبانی مردم و آبادانی گیتی برگزیده شود ؟

۲۹/۷

ای اهورا مزدا ،
پیام مینوی که همراه با **اشا** ،
برای پیشرفت مردم و گیتی ارزانی داشته یی.
در پرتو اندیشه ی نیک ،
کیست آن رهبری که مردم را یاری کند ؟

۲۹/۸

من " **وهومن** " او را می شناسم ،
ای مزدا ،
او **زرتشت اسپنتمان ،**
یگانه کسی است ،
که به آموزش های مینوی تو گوش فراداده است ،

و با سروده هایش، **اشا** را نیایش می کند،
و از شیوایی سخن برخوردار است .

۲۹/۹
آنگاه روان آفرینش بانگ برآورد ،
چگونه رهبری ناتوان را پذیرا شوم،
من رهبری توانا آرزو می کنم.
او کی وکجا می آید ؟ تا اورا یاری کنم .

۲۹/۱۰
ای اهورا ،
به آنان « **زرتشت** ویارانش» ،
در پرتو **اشا** ، توان رهبری ارزانی دار .
ای مزدا ،
من به راستی ، ترا برترین بخشاینده می دانم .

۲۹/۱۱

اشا ، **وهومن** و **خشترا** کجایید ؟

به سوی من بیایید.

ای مزدا ،

با دانایی خود مرا برای انجمن بزرگ نیکی مغان بپذیر ،

ای اهورا ،

به سوی ما بیا ،

و دهش های مینوی خود را برما ارزانی دار .

سرود ۳
هات ۳۰

۳۰/۱

ای اهورا ،
اکنون با ستایش تو ،
و نیایش **اشا** و **وهومن** ،
برای جویندگان و دانایان ،
از اندیشه های خردمندانه سخن می گویم ،
تا فروغ را دریابید ، وخرسند شوید .

۳۰/۲

به بهترین سخن ها گوش فرا دهید ،
با اندیشه وبه روشنی،
از دو گوهر **نیک** و **بد** ،
یکی را برگزینید،

وبا هوشیاری پیش از جنبش بزرگ آیین مینوی ،
گزینش خود را با آگاهی بازگو کنید .

۳۰/۳

آری این دو گوهر آغازین همزاد ،
در روان پدیدار می شوند .
در **اندیشه** ، **گفتار** و **کردار**،
یکی از آن دو، نیک و دیگری، بد است .
از این دو ،
خردمندان ، به شیوه درست نیک منشی را ،
و بد منشان بدی را برمی گزینند.

۳۰/۴

آری هنگامی که این دو گوهر آغازین همزاد آشکار می شوند ،
زندگی خوب وبد، پدیدار می شود ،
سرانجام هستی چنین است ،

پیروان راه راستی، برترین منش ،
و دروندان، بدترین منش را برمی گزینند .

۳۰/۵

از این دو گوهر آغازین همزاد ،
دروندان بدترین کردار را بر می گزینند ،
پیروان راه راستی ، پاکترین منش راستی را .
ای اهورا ،
اینان ، جامه یی از سخت ترین سنگ ها برتن می کنند ،
و با کردار نیک و فراگیری آیین مینوی ترا خشنود می کنند .

۳۰/۶

از این دوگوهر آغازین همزاد ،
دروندان راه نادرست را بر می گزینند ،
هنگام گزینش ،
فریب ونیرنگ بر آنان چیره می شود ،

وبا خشم ، به بدترین اندیشه روی می آورند .
و زندگی را تباه می کنند .

۳۰/۷
آن که راستی را بر می گزیند ،هستی می یابد .
در پرتو **خشترا** و **وهومن** ،
تن را نیروی پایداری،
و روان را پارسایی می دهد،
و در راه آیین مینوی تو ،
از دروندان پیشی می گیرد،
و دروندان را از گزند رسانی
به پیروان راه راستی دور می کند .

۳۰/۸
بدینسان ،
هنگامی که دروندان به پادافره کردارشان می رسند ،

ای مزدا ،
توانایی مینوی در پرتو اندیشه ی نیک آشکار می شود .
ای اهورا ،
دروندانی که آیین ترا دریابند ، به راستی روی می آورند .

۳۰/۹
ای اهورا مزدا ،
باشد که از آن تو باشیم ،
و خردمندانه و با دادگری ،
گیتی را بارور وآباد کنیم ،
و در پرتو اندیشه ی نیک ،
و هم آهنگ با دانایی گام برداریم .

۳۰/۱۰
ای مزدا ،
هنگامی که ویرانگری دروندان پایان پذیرد ،

پیروان راه راستی ،
در پرتو **اشا** ، دادگری و **وهومن** ،
با نیک نامی ، درسرای نیک جای می گیرند .

۳۰/۱۱
ای مزدا ،
هنگامی که مردم در راه راستی گام برمی دارند،
وآیین مینوی ترا بر می گزینند ،
کامروا شده ، و از پاداش تو برخوردار می شوند،
و دروندان زیان می بینند .

سرود ۴
هات ۳۱

۳۱/۱

ای خردمندان ،
این آموزش ها وسخنان ناشنیده را ،
برای شما بازگو می کنم .
سخنانی که برای پویندگان آیین مینوی **مزدا** برترین است،
وبرای کسانی که با آموزش های دروغ ،
راستی را درگیتی به تباهی می کشند،
ناگوار است.

۳۱/۲

از آن جا که گزینش برترین راه وروش ،آشکار نیست ،
به سان رهبری که ، **اهورا مزدا** برای همگان می شناسد،
به سوی شما می آیم ،که به هردوگروه بیاموزم ،
که درپرتو راستی زندگی کنیم .

۳۱/۳

ای مزدا ،

آن خوشبختی را که در پرتو راستی واندیشه ی نیک، فروغ نوید داده یی ،
به پیروان آیین مینوی خود آشکارکن ،
تا همگان را به راه راست راهنمایی کنم .

۳۱/۴

ای مزدا ،

آنگاه در پرتو خرد ، راستی ، پارسایی و بخشندگی ،
توانایی مرا بیافزای ،
تا بتوانم بابرترین اندیشه ی نیک ،
پیروان راه راستی را بر دروندان چیره کنم .

۳۱/۵

ای مزدا اهورا ،
بر من آشکار کن ،
تا درپرتو **اشا** ،
برترین **وهومن** را بدانم ، و برگزینم ،
و به من فرزانگی ده ،
تا بر همه چیز آگاه شوم .

۳۱/۶

ای مزدا ،
برترین خوشبختی از آن توانایی است ،
که در پرتو راستی ، توانایی مینوی ، رسایی و جاودانگی ،
پیام راستین مینوی را بازگو کند ،
و اندیشه ی نیک را بگستراند .

۳۱/۷

هر که در آغاز با **خرد مینوی** و **اشا** ،
زندگی را با آرامش و شادمانی همراه کند،
و برترین اندیشه ی نیک را پاس می دارد.
ای مزدا اهورا ،
توانایی مینوی تو همواره در والایی همه فزونی یابد.

۳۱/۸

ای مزدا ،
آنگاه که در اندیشه ام ، ترا شناختم ،
و دریافتم ، که تو سرآغاز و سرانجام جهان هستی ،
تویی سرچشمه ی راستی و اندیشه ی نیک ،
و در همه ی کارها سروری با تو است .

۳۱/۹

ای مزدا اهورا ،

ای آفریدگار ،

گوهر پارسایی و توانایی مینوی از آن تو است .

تو به مردم گیتی آزادی گزینش دادی ،

تا راه راست را از بد بشناسند ،

و زندگی را سامان دهد .

۳۱/۱۰

ای مزدا ،

تو از میان این دو،

رهبری با اندیشه ی نیک ،پارسا و آبادگر را برگزیدی .

هرگز رهبر ویرانگر و دروغگو ،

از پشتیبانی مردم برخوردار نمی شود .

۳۱/۱۱

ای مزدا ،

درآغاز گیتی،

جان وتن ما را ، با بینش و خرد خود آفریدی ،

باشد ، که گفتار ، کردار وگزینش ها ،

با اندیشه ی نیک و خرد هم آهنگ شود .

۳۱/۱۲

درستکار و نادرست ،

دانا و نادان ،

آن چه بر زبان می آید ،

بازگو می کنند ،

آنگاه که اندیشه با دودلی روبرو می شود ،

گوهر مینوی با اندیشه ی نیک وپارسایی رایزنی می کند .

۳۱/۱۳

ای مزدا ،

آنگاه که بینش، پادافره گناهان کوچک وبزرگ ،آشکار ونهان را، رایزنی می کند ،

ای راستی ،

تو بر همه چیز آگاهی .

۳۱/۱۴

ای اهورا ،

از تو می پرسم ،

فرجام هرکار را ،

ای مزدا،

پاداش مینوی درستکاران ،

و پادافره دروندان چه خواهد بود .

۳۱/۱۵

ای اهورا ،

از تو می پرسم ،

پادافره کسی که، دروندان را پشتیبانی کند ،

و دروندی که در پی آزار ،پیروان راه راستی و رهبر آنان می باشد ، چیست ؟

۳۱/۱۶

ای اهورا مزدا ،

از تو می پرسم ،

کی فرا می رسد ،

که رادمرد توانایی ،

همانند تو ،

درپرتو راستی ،

برای آبادانی ، خانه ، شهر وکشور بکوشد ؟

۳۱/۱۷

ای مزدا اهورا ،

از میان درستکار و نادرست ،
کدامیک به نیکی و والایی روی می آورد ؟
دانا با دانایی سخن می گوید،
مبادا ، که نادان مردم را گمراه کند ،
اندیشه ی نیک را برما آشکار کن ، و به ما بیاموز .

۳۱/۱۸

بنابراین ، به آموزش ها و سخنان دروند گوش فرا ندهید ،
چون دروند، خانه ، روستا ، شهر وکشور را، ویران کرده ،
و زندگی را تباه می کند .

۳۱/۱۹

ای مزدا ،

خردمند، راستی را که سامانده ی زندگی است ،

در می یابد ، و با سخنان راست و آگاهانه ،
به شیوایی بازگو می کند .
و درپرتو فروغ تابناک تو، دادگری برپا می کند .

۳۱/۲۰

درستکار، جایگاهش در فروغ وروشنایی است ،
و گرنه زندگی با افسوس ، نیاز و تیره روزی همراه می شود .
این فرجام ، برخاسته بینش وکردار بد دروندان است .

۳۱/۲۱

ای مزدا اهورا ،
توانایی مینوی ، جاودانگی ، باروری ، فراوانی را به کسی ارزانی می داری،
که در پرتو **اشا** ، **وهومن** و همبستگی کوشا است ،
چنین کسی دراندیشه و کردار نیک
و پارسایی دوست تو است .

۳۱/۲۲

ای مزدا اهورا ،

نیکوکاری که، آگاهانه می کوشد ،

درپرتو **اندیشه** ، **گفتار** و**کردار نیک** ،

از توانایی مینوی و راستی پشتیبانی می کند ،

در راه تو گام برمی دارد ،

برای تو شایسته ترین دوست است

سرود ۵
هات ۳۲

۳۲/۱

ای اهورا مزدا ،
با سخنان وآموزش های من ،
مردم در میان خانواده ها و خویشان خود ،
درپی خرسندی تو هستند ،
باشد، که پیام رسان آیین مینوی تو باشیم .
دیوان را که با پیروان راه راستی ، دشمنی می کنند،
از آنان دور کن .

۳۲/۲

ای مزدا اهورا ،
توانایی مینوی بر اندیشه ی نیک استوار است ،
راستی پرفروغ ، که دوست پارسایی فزاینده ،
و نیک تو است ، بر می گزینم .

۳۲/۳

ای کژ اندیشان ،
همه ی شما ، بد منش بوده واز تبارو تخمه ی دیوان هستید ،
با دروغ وکردار بد ،
مردم را گمراه می کنید ،
و پیوسته در بدی، زبانزد هفت کشورید .

۳۲/۴

بدین سان شما برای دیومنشی هرچه بیشتر،
مردم را به کارهای زشت وادار کرده ،
و آنان را از پیروی راستی و اندیشه ی نیک ،
رویگردان و دور می کنید.
ای مزدا ،
خرد وراستی را برگمراهان ارزانی دار .

۳۲/۵

ای دیوان،
شما بافریب و اندیشه ی بد ،
مردم را از زندگی خوب و جاودانه باز می دارید ،
با پا فشاری در گفتار و اندیشه ی بد ، بر دروندان،
فرمانروایی می کنید .

۳۲/۶

ای اهورا ،
بسیاری از دیوان با آشوبگری، نام آور می شوند،
تو درپرتو اندیشه ی نیک ، برهمه چیز آگاهی .
ای مزدا ،
درپرتو توانایی مینوی و راستی،
آیین مینوی تو گسترش می یابد .

۳۳/۷

ای اهورا مزدا ،
راست می گویم ،
هیچ یک از گناهان ،که پادافره سنگین ترین آن ،
آزمایش آهن گداخته است ،
از من سرنزده است ،
تو داور و آگاه ترین هستی .

۳۲/۸

گفته می شود ، **جمشید ویونگان** ،
برای خوشایند بزرگان و مردم ،
گوشت خواری کرده است ،
و به پادافره این گناه ،
« آزمایش آهن گداخته» فرا خوانده شده است .
من داوری ترا برای پادافره این گناه ، پذیرا هستم .

۳۲/۹

بد آموز ، سخنان را دگرگون می کند ،
با گفتارهای به دور از خرد ،
زندگی را تباه می کند.
گوهر والای اندیشه ی نیک و توانایی
را نابود می کند.
ای مزدا ،
با این سخنان فرخویی و در پرتو راستی،
دادگری ترا خواستارم .

۳۲/۱۰

بد نهاد ، سخنان را دگرگون می کند ،
و هر بامداد ، از هنگام برآمدن خورشید ، با بد بینی ،
بدترین سخنان را برزبان می آورد ،
تبهکاران را به ستیز با پارسایان بر می انگیزد ،
کشتزارها را ویران می کند ،

و با جنگ افزار بر پارسایان می تازد .

۳۲/۱۱

ای مزدا ،

کسانی که بدکاران رابزرگ جلوه می دهند ،
زندگی را تباه می کنند ،
داراک وهستی مردم درستکار را می ربایند ،
و آنان را از نیک اندیشان و پارسایان دور می کنند .

۳۲/۱۲

آنان با سخنان خود ،
مردم را ازکردار نیک باز می دارند ،
و با فریاد وشادی گاوها را می کشند .

ای مزدا ،

این کردار نادرست را نکوهش کن .
آنان به جای راستی وتوانایی مینوی ،

گرهما و **کرپن** های دروند را ،
بر درستکاران چیره می کنند .

۳۲/۱۳

گرهمای بد اندیش ،
ویران کننده ی زندگی است ،
و آرزوی فرمانروایی دارد .
پیروان آیین مینوی را از راستی و رسانیدن پیام مینوی باز می دارد .

۳۲/۱۴

گرهما و **کاوی** ها ،
همه ی توان خود را بر ناراستی نهاده اند ،
و پیوسته یار و یاور تبهکاران هستند ،
و آنان را گرامی می دارند .
گاو ها را می کشند،

تا گیتی را به ویرانی بکشند ،
و هوم جاودانه را بر آتش می ریزند .

۳۲/۱۵

با این کردار نادرست ،
کرپن ها و**کاوی ها**، آسیب می بینند ، و به دام می افتند ،
هرگز به شایستگی زندگی نمی کنند ،
و نمی خواهند به زندگی خود سرو سامان دهند .
باشد ، که این دو به سرای منش نیک رهبری شوند .

۳۲/۱۶

ای مزدا اهورا ،
پرتو روشنایی برترین راهنمای پارسایان است .
مرا بر بیم وهراس چیره گردان ،
تا دروندان را از زیان رسانیدن ،
به پیروان راه راستی بازدارم

سرود ۶
هات ۳۳

۳۳/۱

هرکس باید ، راه وروش زندگی را ،
که برترین بنیاد هستی است ، برگزیند ،
رهبر با ژرف نگری ،
آغازین آیین زندگی ،کردار پیروان راه راستی و دروندان را ارزیابی کرده ،
و کردار درست را از نادرست بازگو کند .

۳۳/۲

هرکس که در پرتو اندیشه ، گفتار و کردار نیک ،
دروند و از راه رسیده یی را راهنما باشد ،
خواست **اهورا مزدا** را برآورده است .

۳۳/۳

ای اهورا ،

هرکه با درستکاران چه خویشان و چه مردم ،
بهترین کردار را داشته باشد ،
و برای آبادانی گیتی بکوشد ،
در سرای راستی و اندیشه ی نیک جای دارد .

۳۳/۴

ای مزدا ،

ترا می ستایم ،
خواستار آن هستم،
که اندیشه ی بد، خودکامگی، رفتار ناپسند خویشان،
و دروغ نزدیکان ، و بد اندیشی آشوبگران،
در شهرها وکشور پایان بپذیرد ،
باشد ، که دروندان از گزند رساندن به مردم باز داشته شوند .

۳۳/۵

ای مزدا اهورا ،
همه را به پیروی از آموزش های تو فرا می خوانم ،
باشد ، که در پرتو راستی ،
اندیشه ی نیک و توانایی مینوی ،
به رسایی برسیم ،
و به زندگی دراز دست یابیم .

۳۳/۶

در پرتو راستی ترا می ستایم ،
به سان کشاورزی که ،
به باروری گیتی و آبادانی می اندیشد .
ای اهورا مزدا ،
در پرتو برخورداری از برترین گوهر مینوی،
خواهان رایزنی تو هستم .

۳۳/۷

ای مزدا ،

خود را بر من آشکار کن ،
تا در پرتو راستی و اندیشه ی نیک ،
با شور و یکرنگی،
آموزش های ترا،
فراسوی انجمن نیکی مغان،
به گوش همگان برسانم ،
و شایسته ترین ستایش ها را به تو،
پیشکش کنم .

۳۳/۸

ای مزدا ،

ترا می ستایم ،
و آرمان های خود را ،
در پرتو راستی و اندیشه و گفتار نیک، دنبال میکنم .

جاودانگی و رسایی پایدار را برمن ارزانی دار .

۳۳/۹

ای مزدا ،

خردمندی و رامش ،
دو گوهر رسایی و جاودانگی تو ،
اندیشه ی نیک را به بار می آورد .
هم آهنگی این دو گوهر،
رهگشای مردم است .

۳۳/۱۰

ای مزدا ،

پاداش خود را ،بر کسانی ارزانی دار ،
که همواره زندگی شایسته را برگزیده و بر می گزینند .
درپرتو راستی، اندیشه ی نیک و توانایی مینوی،
پاداش خود را به آنان ارزانی دار .

۳۳/۱۱

ای اهورا مزدا ،
در پرتو **اشا** ، **وهومن** ، **آرمَیتی،**
خشترا گیتی پیش می رود ،
مرا دریاب و برترین پاداش ها
را به من ارزانی دار .

۳۳/۱۲

ای اهورا ،
پارسایی را ،
که برترین گوهر مینوی و زندگی است ،
در پرتو راستی ، اندیشه ی نیک و رسایی
بر من ارزانی دار .

۳۳/۱۳

ای اهورا ،

برترین پاداش ها را در پرتو ،

توانایی مینوی و اندیشه نیک به من بنما و ارزانی دار .

ای پارسایی ،

درپرتو راستی، بینش مرا بیافزای .

۳۳/۱۴

این چنین ، **زرتشت** ،

تن وجان برترین اندیشه، گفتار و کردار نیک، توانایی وفرمانبرداری را،

در پرتو راستی به مزدا پیشکش می کند .

سرود ۷
هات ۳۴

۳۴/۱

ای مزدا اهورا ،
گفتار،کردار و ستایشی ،
که راستی را پایندگی میدهد ،
با توانایی مینوی ، رسایی وجاودانگی را،
به تو پیشکش می کنم .

۳۴/۲

ای مزدا ،
مرد پارسای نیک منشی ،
که کردار وروانش با راستی هم آهنگ است ،
اندیشه ی نیک را،
که برخاسته از گوهر پاک مینوی است ،
به تو پیشکش می کند ،

وستایشگر تو در میان مردم است .

۳۴/۳
ای اهورا ،
در پرتو راستی ،
بهترین ستایش ها را به تو پیشکش می کنم ،
ای مزدا ،
پارسایان درپرتو اندیشه ی نیک ،
توانایی مینوی به رسایی می رسند ، و رستگار می شوند .

۳۴/۴
ای اهورا ،
در پرتو راستی ،
آتش نیرومند ، فروزان وپیش رونده ترا ،
که نماد خرد وجنبش است ، خواستارم .
و در راه تو ،

ای مزدا ،

برای یاری دادن به پیروان راه راستی ،

تبهکاران را از آنان دور می کنم .

۳۴/۵

ای مزدا ،

توانایی مینوی شایسته ی تو است ،

در پرتو راستی و اندیشه ی نیک ،

و با کوشش پیگیر بینوایان را یاری می کنم .

ای اهورا ،

ترا برتر از همه می دانم ،

و از دیوان وپیروان آنان دوری می کنم .

۳۴/۶

ای مزدا ،

در پرتو راستی و اندیشه ی نیک ،

ترا همانگونه که هستی ، دریافتم .
پس همه ی دگرگونی های جهان هستی را
بر من آشکار کن .
تا با سرود های خود ترا ستایش کنم ،
و به سوی تو آیم .

۳۴/۷

ای مزدا ،
کجایند ، پیروان آیین مینوی تو ؟
تا باورهای زیان بخش و آزار دهنده ی گذشته را ،
با خردمندی دیگرگون کنند ،
و اندیشه ی نیک را بگسترانند.
تنها تو هستی ، که مارا ،
در پرتو راستی پشتیبانی می کنی .

۳۴/۸

ای مزدا ،

دروندان با کردار بد ،
از راستی و اندیشه ی نیک دوری می جویند ،
و با آیین تو دشمنی دارند ،
مردم بینوا را می آزارند ، و به هراس می اندازند .

۳۴/۹

ای مزدا ،

دژ منشان ، با کردار بد ،
از راستی و اندیشه ی نیک دوری می کنند .
پارسای دانا و ارجمند را خوار می کنند .

۳۴/۱۰

خردمند ،
راستی وپارسایی ، اندیشه و کردار نیک را اندرز می دهد .

ای اهورا مزدا
همه در پرتو توانایی مینوی تو اند .

۳۴/۱۱

ای مزدا ،
رسایی و جاودانگی ،
دو فروزنده ی پرشکوه تو است ،
در پرتو راستی و اندیشه ی نیک ،
پارسایی و توانایی مینوی ،
بر پایداری و توان ما بیفزای .

۳۴/۱۲

ای مزدا ،
رهنمود تو چیست ؟
ستایش و نیایش،
پیروی از آیین مینوی را بازگوی ،
در پرتو راستی و اندیشه ی نیک ،

ما را راهنمایی کن ، و پاداش خود را برما ارزانی دار .

۳۴/۱۳

ای اهورا ،

در پرتو اندیشه ی نیک ،

آموزش های **سوشیانت** ها " رهایی بخش ها " ، را دریافتم ،

تا در پرتو راستی، کردارهای نیک را پیگیری کنم .

ای مزدا ،

این پاداشی است ، که به نیکوکاران نوید داده یی .

۳۴/۱۴

ای مزدا ،

پاداش تو ، تن وجان کسانی را توان می بخشد،

که در پرتو اندیشه ی نیک ،

گیتی را آباد و زمین را بارور می کنند .

ای اهورا ،

راستی وخرد ، مردم را به والایی می رساند .

۳۴/۱۵

ای مزدا ،

در پرتو راستی و اندیشه نیک ،
برترین گفتار وکردار را به من بیاموز .
ای اهورا ،
ما را یاری کن ،
تا در پرتو توانایی مینوی تو،
زندگی را سامان دهیم .

گاتا ها
بخش ۲
اُشتَوَدگات
سرود ۸
هات ۴۳

۴۳/۱

ای مزدا اهورا،
خواستار آنم که با خرد،
آیین راستی و پارسایی را پشتیبانی کنم.
ای آرمَیتی ،
فروغ رسایی و منش نیک را بر ما ارزانی دار.

۴۳/۲

ای مزدا،

در پرتو فروغ مینوی ،
مرا از خرد بهره مند ساز،
وپرتو اندیشه ی نیک و رسایی را،
درزندگی دراز به من ارزانی دار.

۴۳/۳

ای مزدا،

مرا از همه ی نیکی ها برخوردار کن،
تا بتوانم در پرتو منش نیک و پارسایی، به تو نزدیک شوم.

۴۳/۴

ای مزدا،

هنگامی که به اندیشه ی توانا و پاک تو پی بردم ،
با توانایی مینوی آرمان پیروان راستی را برآورده می کنی،

نیکان را پاداش، و دروندان را به آن چه سزاوارند داوری می کنی.
پرتو راستی واندیشه ی نیک را به من ارزانی دار.

۴۳/۵

ای اهورا مزدا،
آنگاه که ترا شناختم ،
پی بردم، که تو سرآغاز زندگی هستی،
کردار نیک را پاداش داده و رفتار ناستوده را کیفر می دهی،
و داوری تو از آغاز آفرینش تا پایان آن جاودانه است.

۴۳/۶

ای مزدا،
منش پاک و توانایی مینوی تو، گیتی را به سوی راستی رهنمون می کند،

پیروان تو با نیروی خرد ، اندیشه ی نیک، **آرمَیتی** ، رسایی و آیین راستی هرگز گمراه نمی شوند.

۴۳/۷

ای مزدا اهورا،
هنگامی که ترا دریا فتم،
اندیشه ی نیک بر من آشکارشد،
و از من پرسید کیستی و از کجا آمده یی،
و آن چه را که دریافته یی،
چگونه با کسان خود و مردم گیتی درمیان می گذاری؟

۴۳/۸

به او گفتم، **زرتشتم،**
که از آغاز در برابر دروندان ایستاده ام،
و تا آن جا که توان دارم،
برای استواری آیین راستی می کوشم.
ای مزدا،

تا زمانی که از یاری تو برخوردارم،
با سرود ترا ستایش می کنم.

۴۳/۹

ای مزدا،
به راستی ، زمانی که ترا دریافتم ،
اندیشه ی نیک به سوی من آمد، و پرسید، پیرو که هستی؟
با فروتنی پاسخ دادم،
تا توان دارم، در پرتو راستی و فروغ مینوی،
اهورا راستایش می کنم.

۴۳/۱۰

ای منش پاک،
راه راستی را به من نشان بده،
تا با خرد و فروتنی آن را برگزینم،
مرا راهنمایی کن و توانایی بر من ارزانی دار.

۴۳/۱۱

ای مزدا اهورا،

به درستی آن زمان که ترا دریافتم،
اندیشه ی نیک بر من آشکارشد،
به آغاز آفرینش پی بردم،
وبا پذیراشدن دشواری ها برآن شدم،
باورخود را که برترین است به همگان بیاموزم.

۴۳/۱۲

هنگامی که به خرد پی بردم،
درپرتو فروغ تو، مرا به راه راست راهنمایی کرد،
و برآن شدم، آیین ترا به مردم آموزش دهم ودر گسترش آن بکوشم،
باشد که پیروان راستی از پاداش تو برخوردار شوند.

۴۳/۱۳

ای مزدا اهورای پاک مینوی،
اکنون که ترا دریافتم،
اندیشه ی نیک به سوی من آمد،
تو، راستان وناراستان را آن گونه که سزاوارند داوری می کنی،
درپرتو توانایی مینوی خود، مرا کامرواکن.

۴۳/۱۴

ای مزدا،
همانگونه که دوستان مهربان یکدیگر را یاری می بخشند،
تو نیز توانایی مینوی، راستی وبینش را بر من ارزانی دار،
تا در پرتو راستی و به یاری پیروان آیین تو،
دروندان پرخاشگر را دور کنم.

۴۳/۱۵

ای اهورامزدا،

هنگامی که گوهر مینوی ترا دریافتم،
اندیشه ی نیک به من روی آورد،
وبرترین رسایی را که اندیشیدن در آرامش است به من آموخت و پی بردم،
به خشنودکردن دروندان نباید بسنده کنم،
زیرا آنان دشمن پیروان راستی می باشند.

۴۳/۱۶

ای اهورا، ای مزدا،

زرتشت که به راستی، از همه پاک تر است،
گوهر مینوی ترا برمی گزیند،
تا درپرتو راستی ، پارسایی و توانایی مینوی،
زندگی را سرشار از شور و شادی گرداند،
پاداش خود را بر من ارزانی دار.

سرود ۹
هات ۴۴

۴۴/۱

ای اهورا،
از تو می پرسم، بر من آشکار کن،
چگونه ترا ستایش کنم؟
ای مزدا،
مرا که دوست تو هستم، آگاه کن،
تا منش نیک به ما روی آورد.

۴۴/۲

ای اهورا از تو می پرسم،
برمن آشکار کن،
شالوده ی بهترین زندگی در گیتی چیست؟

کسی که در این راه برای خوشبختی مردم بکوشد ، از گزند دور می ماند؟

ای مزدا ،

به راستی، او در پرتو **اشا** و گوهر مینوی تو،
از هستی مردم پاسداری می کند،
و درمان بخش زندگی آنان است.

۴۴/۳

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،
سرآغاز وسرچشمه ی جهان هستی کیست؟
کیست که گردش خورشید وماه ومدار آن ها را سامان داده،
وماه را کاهش و فزونی می دهد ؟
من خواهان فراگیری این ها و راز های دیگرم .

۴۴/۴

ای اهورا،

ای راستی، از تو می پرسم، برمن آشکارکن،
کیست که زمین را پایین و سپهر را بالا نگهداشته،
و جلوی فرو افتادن آب وگیاهان را می گیرد؟
کیست که آب و تندباد را مهار می کند؟

ای مزدا،

کیست که آفریننده منش نیک است؟

۴۴/۵

ای اهورا،

از تو می پرسم ، برمن آشکارکن،
کیست که روشنایی وتاریکی،
پگاه، نیمروز وشب،
خواب وبیداری راپدید آورده است،
وهمگان خویشکاری در ستایش او دارند؟

۴۴/۶

ای اهورا،

از تو می پرسم ، برمن آشکارکن،
آن چه را که می پرسم درست است ؟
آیا با پارسایی ، راستی گسترش می یابد،
و به من نوید دادی که در پرتو اندیشه ی نیک می توانم به تو نزدیک شوم ؟
برای چه کسانی گیتی بارور و شادی بخش را آفریدی؟

۴۴/۷

ای اهورا،

ازتو می پرسم، برمن آشکارکن،
کیست که توانایی مینوی و رسایی را آفرید؟
می کوشم، که با گوهر مینوی خرد و آفریننده ی گیتی، ترا بشناسم .

۴۴/۸

ای اهورا، ای مزدا،

ازتو می پرسم، برمن آشکارکن،

چگونه آموزش های ترا فراگیرم،

و با رایزنی اندیشه ی نیک و راستی، از آرامش روانی وزندگی شایسته برخوردارشوم؟

۴۴/۹

ای اهورا،

از تو می پرسم ، برمن آشکارکن،

چگونه با بینش زندگی را به رسایی برسانم ؟

ای مزدا،

چگونه با خرد و درپرتو اندیشه ی نیک،

راستی وتوانایی مینوی زندگی کنم؟

۴۴/۱۰

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،

که آیین تو برترین بینش برای خوشبختی مردم است ، و در پرتو راستی به سوی پارسایی ورسایی پیش می رود.

ای مزدا،

آرزو دارم با بینش ترا بشناسم.

۴۴/۱۱

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،

آنان که آیین ترا فراگرفته اند،

چگونه به پارسایی می رسند؟

۴۴/۱۲

ای اهورا،

از تو می پرسم برمن آشکار کن،
برای آموزش آیین تو به مردم،
نخست به کدام سوی بروم؟
به سوی دروندان؟
ویا آنان که پیرو راه راستی می باشند؟
با دروندان که آشکارا راه رستگاری را بسته اند،
چگونه رفتار کنم؟

۴۴/۱۳

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،
از دروندان که با راستی در ستیزند واز آن سرپیچی کرده،
وبا اندیشه ی نیک رایزنی نمی کنند، چگونه رفتار کنم ؟

۴۴/۱۴

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،

با آموزش آیین مینوی تو، چگونه می توانم دروندان را به راه راست راهنمایی کنم.

ای مزدا،

چگونه به دشمنی و دو دستگی دروندان پایان دهم ؟

۴۴/۱۵

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکار کن،

هنگامی که دروندان با پیروان راه راستی درستیزند،

کدام یک را پیروز می گردانی؟

آنان که آیین مینوی ترا پذیرفته اند،

ویا دروندان را ؟

۴۴/۱۶

ای اهورا،

از تو می پرسم ، بر من آشکارکن،

کیست آن دلیری که با پیروی از راه راستی از مردم پشتیبانی می کند.

ای مزدا،

برای او و هرکه روی به اندیشه ی نیک آورد،

چه پاداشی نوید می دهی؟

۴۴/۱۷

ای اهورا،

از تو می پرسم، برمن آشکار کن،

چگونه با بینش، مهرورزی ترا به مردم پیگیری کنم،

وبا سخنان دلنشین آنان را به سوی رسایی وجاودانگی راهنمایی کنم؟

۴۴/۱۸

ای مزدا،

از تو می پرسم، برمن آشکارکن،
چگونه به یاری تو و در پرتو راستی،
رسایی وجاودانگی ترا دریابم؟

۴۴/۱۹

ای اهورا،

از تو می پرسم ، برمن آشکار کن،
کسی که با پیمان شکنی از دادن مزد بایسته خودداری می کند،
چه پاد افرهی دارد؟

۴۴/۲۰

ای اهورا،

از تو می پرسم، بر من آشکار کن،

فرمانروایان دروند، مردم را از زندگی شایسته بی بهره کرده،
وبا همکاری **کرپن** ها و **استیخش** ها،
به بیدادگری پرداخته و مردم را ستم وآزار می کنند،
و با شادی و بالندگی آنان درستیزند؟

سرود ۱۰
هات ۴۵

۴۵/۱
ای کسانی که از راه دور ونزدیک برای شنیدن سخنان من آمده اید،
گوش فرا دهید، و به یاد بسپارید،
که دروندان با سخنان گمراه کننده،
زندگی شمارا تباه نکنند.

۴۵/۲
از آغاز آفرینش دو مینو " گوهر" نا همگون در نهاد آدمی جای گرفته است،
سپنتا مینو " گوهر نیک" ،
انگره مینو " گوهر بد" ،
این دو گوهردر بینش، خرد ، اندیشه، گفتار وکردار،
با یکدیگر سازگاری ندارند.

۴۵/۳

اکنون از بنیاد هستی که در یافته ام،
سخن می گویم.
آنان که از آیین مینوی سرپیچی کنند،
زندگی آنان با پشیمانی همراه می شود.

۴۵/۴

مزدا،
در پرتو راستی، اندیشه ی نیک و پارسایی،
برای پیروان آیین مینوی،
بهترین گوهرهستی را برنهاده است.
اهورا، دانا و بر همه چیز آگاه است.

۴۵/۵

اینک از آنچه در زندگی بهترین است، سخن می گویم،
سخنانی که برترین آموزش ها است،
آنان که این آموزش ها را فراگیرند و بر آن ارج نهند،
به رسایی وجاودانگی می رسند،

ودر پرتو اندیشه، گفتار وکردار نیک،
مزدا اهورا را در می یابند.

۴۵/۶

اینک از گوهر پاک **مزدا اهورا** که نیک خواه هستی یافتگان است،
سخن می گویم.
خواستار آنم که در پرتو اندیشه ی نیک و خرد ،
آنچه در نزد او بهترین است، بیاموزیم.

۴۵/۷

تو آفریننده جهان و پناه دهنده ی کسانی هستی،
که خواهان رستگاری می باشند.
درآیین مینوی مزدا اهورا،
روان درستکاران توانا و جاودانی است،
دروندان به پادافره ناراستی، در رنج بسر می برند .

۴۵/۸

ای مزدا،

از راه پارسایی ترا دریافتم،
و درپرتو راستی، اندیشه، گفتارو کردارنیک ، پی بردم،
که تو دانای هستی بخش گیتی هستی،
وبهترین سرود ها را به تو پیشکش می کنم.

۴۵/۹

با بهترین اندیشه ی نیک ترا ستایش می کنم،

ای مزدا اهورا،

تو درگزینش خوبی مرا یاری کردی،
باشد که با برخورداری از نیروی کار و درپرتو راستی و منش نیک، توانایی خود را در راه پیشرفت و خشنودی مردم به کاربرم .

۴۵/۱۰

ای مزدا اهورا،

گوهر مینوی و پارسایی ترا ستایش می کنم،

پیروان آیین مینوی را، که درپرتو راستی و اندیشه ی نیک می کوشند،
شادی ورسایی ارزانی دار.

۴۵/۱۱

ای مزدا اهورا،

هرکه درپرتو اندیشه ی نیک،
خدایان دروغین و پیروان بزهکار آنان را نمی پذیرد،
از آیین مینوی تو پیروی می کند،
دوست ویار مردم و رهایی بخش آنان است.

سرود ۱۱
هات ۴۶

۴۶/۱

ای مزدا،

به کدام سرزمین روی آورم؟

به کجا روم ؟

فرمانروایان دیو منش و ناراست مرا ازخویشان و یارانم دور کرده اند،

و در رنج بسر می برم.

چگونه ترا خشنود کنم؟

۴۶/۲

ای مزدا،

داراییم ناچیز و یارانم اندک و از ناتوانی خود آگاهم .

ای اهورا،

بدانگونه که آیین مهرورزیدن است ،
درپرتو راستی واندیشه ی نیک مرا یاری کن.

۴۶/۳

ای مزدا،
کی روشنایی سپیده دم برای پشتیبانی راستی فرا می رسد،
تا مردم در پرتو آن، آیین مینوی ترا دریابند**؟**
کی **سوشیانت** ها می آیند،
تا از آموزش های خردمندانه و ارزشمند رهایی بخش ها برخوردار شوم،
و در پرتو اندیشه ی نیک یارانم را توانایی بخشم؟
ای اهورا ،
من آیین مینوی ترا بر می گزینم .

۴۶/۴

ای مزدا ،

دروندان با کردار زشت،
مردم را از شناخت راه راست ، زندگی وپیشرفت وآبادانی شهر و روستای خود باز می دارند.
بی گمان پیروان آیین مینوی،
با خردمندی و با همه ی توان خویش در برابر دروندان ایستادگی می کنند،
و در راه راست پیش می روند.

۴۶/۵

هرکه به پیرو راه راستی پناه آورد،
بر او است، که با مهرورزی وآبرومندانه وی را پذیرا شود.
اگر دریابد، که او دروند است،
باید خانواده ی خود را آگاه کند.
مزدا اهورا، او را از گزند نابودی برهاند.

۴۶/۶

توانگری که نیازمندی را نپذیرد،
به دام دروغ گرفتار شده است.
از آغاز آفرینش،
آیین راستی براین است که،
نیکوکار باید هرکه به او روی می آورد، یاری کند.

۴۶/۷

ای مزدا ،
چه کسی را برای یاری دادن به پیروان راه راستی بر می گماری؟
هنگامی که دروند در پی آزار من است،
فروغ اندیشه ی پاک مرا پشتیبان است.
ای اهورا ،
بینش مرا برای کرداری شایسته یاری کن .

۴۶/۸

هرکه در پی آزار و ستم مردم است،
تلخ کامی به او روی می آورد،
مزدا،
او را از زندگی شاد باز می دارد ،
وبه تباهی کشیده می شود.

۴۶/۹

ای اهورا،
من نخستین باورمندی هستم،
که دریافتم، تو هستی بخش گیتی هستی،
و درپرتو **اشا** ،
کردارپاک و اندیشه ی نیک ترا جستجو می کنم .

۴۶/۱۰

ای اهورا،

هر زن ومرد، که آموزش های آیین مینوی را فراگیرد،
در پرتو اندیشه ی نیک از پاک منشی، راستی و توانایی مینوی بهره مند می شود،
و همگی گذرگاه خوبی را پشت سر می گذارند.

ای مزدا ،

آن چه را دریافته ام ،
تو از همه بهتر می دانی .

۴۶/۱۱

کاوی ها و **کرپن** ها،
با زشت ترین تبهکاری ها به مردم آسیب می رسانند.
با این زشتخویی ها ،
روانشان آنان را آزار می دهد،
و در رنج بسرمی برند .

۴۶/۱۲

ای مزدا اهورا،

فرزندان وخویشان **فَریان تورانی**، راه راستی را دریافتند،

وبه آیین مینوی پیوستند،

و به آبادانی وپیشرفت گیتی پرداختند،

و در پرتو اندیشه ی نیک و رسایی به رستگاری رسیدند .

۴۶/۱۳

هرکه **زرتشت اسپنتمان** را یاری وخشنود کند،

درمیان مردم ارجمند است .

ای مزدا اهورا،

در پرتو راستی واندیشه ی نیک او را در زندگی کامروا کن .

۴۶/۱۴

کی گشتاسپ، دوست وخواهان انجمن نیکی **مغان** است ،

ای مزدا اهورا ،

من مردم را با سخنان خردمندانه و اندیشه ی نیک با آیین مینوی تو فرا می خوانم .

۴۶/۱۵

ای فرزندان **هیچدسپ اسپنتمان،**
به سخنان من گوش فرا دهید،
نیک را از بد باز شناسید،
و درپرتو راستی وآیین مینوی که برخرد استوار است ، زندگی خود را سامان دهید .

۴۶/۱۶

ای **فرشوستر هِوُگوَ** ،
اینک که با یاران خود برای گسترش آیین راستی به سرزمین های دیگر می روید،
باشد که در پرتو راستی واندیشه ی نیک،
پارسایی و توانایی مینوی،

جایگاه پرشکوه جاودانی **اهورا مزدا** را دریابید.

۴۶/۱۷

ای **جاماسپ هِوُگوَ** ،
ای خردمند دور اندیش،
اینک که آگاهانه به آیین مینوی درآمده یی ،
و **اهورامزدای** توانا را دریافته یی،
او را ستایش کن، وبا راستی رایزنی کن .

۴۶/۱۸

هرکه مرا یاری دهد،
در پرتو اندیشه ی نیک، بهترین پاداش ها را برای او نوید می دهم ،
هرکه با ما دشمنی وستیز کند،
ای مزدا،
با پیروی راه راستی من با او رویارویی می کنم .

این راهی است ، که خرد وبینش من بر می گزیند .

۴۶/۱۹

ای مزدا ،

هرکه آموزش های مرا، که سامانده زندگی است ، دنبال کند ، به پاداشی که شایسته ی زندگی جاودانه است، دست می یابد.

گاتا ها
بخش ۳
سپَنتمَدگات
سرود ۱۲
هات ۴۷

۴۷/۱

هرکه در پرتو گوهر مینوی **اشا**،
برترین اندیشه ، گفتارو کردار را دارد،
مزدا اهورا ،
به او توانایی مینوی،
پارسایی و رسایی ارزانی می دارد .

۴۷/۲
کسی که در پرتو اندیشه ی نیک،
گفتاری رسا همراه با خرد پاک،
و کرداری پارسایی دارد،
براین اندیشه است،
که **مزدا** آفریننده و سرچشمه ی هستی است .

۴۷/۳
ای مزدا،
تو آفریننده ی گیتی شادی آورنده وسرچشمه ی رسایی واندیشه ی نیک هستی ،
درپرتو خرد ،
به مردم شادی وآرامش ارزانی دار .

۴۷/۴

دروند ، از گوهرپاک مینوی دوری می کند ،

ای مزدا ،

توانگران آیین مینوی با تنگدستان مهرورزی کرده وآنان را یاری می کنند ،

ولی توانگران دروند، چنین رفتاری ندارند .

۴۷/۵

ای مزدا اهورا،

در پرتو گوهر پاک مینوی به پیروان آیین راستی بهترین پاداش ها را نوید داده یی،

دروند که اندیشه ، گفتار وکردار بد دارد ،

از نویدهای تو بی بهره است .

۴۷/۶

ای مزدا اهورا ،

گوهر پاک مینوی را که نوید داده یی،
از میان دو گروه پیروان راه راستی و دروندان،
تنها پیروان راه راستی با پرهیزکاری، پارسایی و همبستگی
و درپرتو اندیشه ی نیک،
به آیین مینوی تو روی می آورند.

سرود ۱۳

هات ۴۸

۴۸/۱

ای اهورا ،
هنگامی که راستی بر دروغ چیره شده ،
و فریب درونداان آشکار شود،
با بخشایش تو ،
رسایی و خوشبختی جاودانی گسترش می یابد ،
ستایش تو افزون می شود .

۴۸/۲

ای اهورا ،
پیش از آن که چشم از جهان فرو بندم ،
بر من آشکار کن ،
آیا پیروان آیین مینوی بر دروغ پیروز می شوند؟
و آیا در پرتو راستی وتوانایی مینوی مردم به رسایی می رسند؟

۴۸/۳

ای اهورا،

هرکه آیین مینوی ترا فراگیرد ،
در پرتو راستی ، اندیشه ی نیک وخرد با تو همانند می شود .

۴۸/۴

ای مزدا ،

بینش، گفتار وکردار به اندیشه ی نیک وبد هر کس بستگی دارد ،
سرانجام با خرد و بینش ،
نیکی را از بدی باز می شناسد .

۴۸/۵

فرمانروایان باید با بینش و کرداری نیک کشورداری کنند.
به درستی، پاکی و راستی از زاده شدن تا مرگ بهترین است.

ای پارسایی، باشد که در پرتو اندیشه ی نیک و رسایی برای پیشرفت و آبادانی گیتی بکوشیم .

۴۸/۶

ای مزدا اهورا ،

تو از آغاز آفرینش برای ما پناهگاه آفریدی و به ما توان دادی ، تا در پرتو راستی واندیشه ی نیک و توانایی مینوی در روی آن زندگی کنیم .

۴۸/۷

ای پاک منشان ،

در زندگی خشم وکینه جویی را از خود دور کنید ،
و در پرتو راستی واندیشه ی نیک، پارسایی و همبستگی،
پیروان راه راستی برای پیشرفت و آبادانی گیتی بکوشید ،
تا به جایگاه **اهورا** برسید .

۴۸/۸

ای مزدا ،

خواست تو فرمانروایان خوب است ،

ای اهورا ،

پاداش من وپیروان راه راستی را آشکارکن ،

تا در پرتو راستی، اندیشه ی نیک وپارسایی،

در کارهای خود بکوشیم .

۴۸/۹

ای مزدا ،

در پرتو راستی چگونه می توانم بر ترس وهراسی که مرا آزار می دهد چیره شوم ؟

در پرتو اندیشه ی نیک، آموزش های شایسته را برمن آشکارکرده ،

ورهایی بخش را از پاداش خود آگاه کن .

۴۸/۱۰

ای مزدا،

پارسایان آیین مینوی ترا در می یابند؟
کی این نوشابه مستی آور،
که **کرپن ها** و فرمانروایان دروندان، با آن مردم را می فریبند،
از میان می رود؟

۴۸/۱۱

ای مزدا ،

کی راستی، پارسایی و توانایی مینوی، در خانواده ها استوار شده،
و با برخورداری از آن، آسایش و آبادانی فراهم می شود ؟
چه کسی از بینش و اندیشه ی نیک برخوردار می شود ؟

۴۸/۱۲

ای مزدا ،

رهایی بخش گیتی کسی است ،
که درپرتو راستی ، اندیشه ی نیک،
ازآموزش های تو پیروی کند،
وبرخشم چیره شود .

سرود ۱۴
هات ۴۹

۴۹/۱

ای مزدا،

بندوَ ، پیوسته مرا از کار وکوشش باز می دارد،
به من روی آور، و مرا یاری کن،
تا درپرتو راستی واندیشه ی نیک،
درماندگان و پیروان راه راستی را خشنود کنم ،
و او را از سر راه خود بردارم .

۴۹/۲

ای مزدا،

از آموزش های دروغ و دو رویی **بندوَ** ، نگرانم ،
او از اندیشه ی نیک و راستی گریزان است،
و هرگز با پیروان راستی رایزنی نمی کند .

۴۹/ ۳

ای مزدا،
آیین مینوی تو،
بر گزینش راستی ورسایی است،
باشد، که در پرتو **اشا** و اندیشه ی نیک ،
دروندان را از مردم دور کنم .

۴۹/۴

آنان که نابخردانه، خشم وبیداد را گسترش می دهند ،
نه تنها کار نمی کنند،
مردم را از کشاورزی ، پیشرفت وآبادانی باز می دارند ،
خدایان پنداری را ستایش می کنند.

۴۹ /۵

ای مزدا ،
پیروان راه راستی،

درپرتو اشا، اندیشه ی نیک، پارسایی و بینش زندگی می کنند،
ای اهورا ،
آنان درسرای جاودانه ی تو جای دارند .

۴۹ /۶
ای مزدا اهورا،
راستی وخرد خود را برمن آشکار کن ،
تا با بینش خود آن را برگزینم ،
و آیین مینوی ترا به مردم بیاموزم

۴۹/۷
ای مزدا ،
باشد، که مردم در پرتو راستی و اندیشه ی نیک به آیین مینوی تو درآید.
ای اهورا ،
کدام خاندان وکدام خانواده به آیین راستی پیوسته اند ؟

تا برای مردم سرفرازی آورند،
و در گسترش آن مرا یاری کنند .

۴۹/۸

ای مزدا اهورا ،
به **فرشوستر**، راستی ورسایی ارزانی دار،
تا در پرتو توانایی مینوی تو،
پیوسته در گسترش آیین راستی بکوشد .

۴۹/۹

کشاورزان که زمین را بارور و آباد می کنند ،
و به آیین راستی در می آیند ،
نباید با دروندان آمیزش کنند .
اگر دروندان با بینش و خرد خود به آیین مینوی بپیوندند ،
ای **جاماسپ** ،
آنان شایسته ی برترین پاداش می باشند .

۴۹/۱۰

ای مزدا،

روان و اندیشه وکردار نیک و پارسایی ،
پیروان آیین راه راستی را به تو می سپارم ،
تا آنان را پشتیبانی کنی ،
توانایی مینوی وجاودانه ی ترا ستایش می کنم .

۴۹/۱۱

روان دروندان و فرمانروایان آنان،
که اندیشه ، گفتار و کردار بد دارند ، در سرای دروغ جای دارد.

۴۹/۱۲

ای مزدا اهورا،

زرتشت در پرتو راستی،
اندیشه ی نیک و سرودهای خود، ترا فرا می خواند ،
بهترین پاداش های خود را به او ارزانی دار .

سرود ۱۵

هات ۵۰

۵۰/۱

ای مزدا اهورا،

کی من وپیروان آیین راستی را پشتیبانی ودلگرم می کند ؟
تنها توهستی ،
که در پرتو راستی واندیشه ی نیک ما را یاری می کنی .

۵۰/۲

ای مزدا ،

در پرتو راستی و پارسایی گام بر می دارم ،
و خواهان آسایش وخوشبختی مردم هستم ،
و دربرابر دروندان ایستاده ام ،
مرا در سرای خود بپذیر .

۵۰/۳

ای مزدا ،

پرتو راستی ، اندیشه ی نیک وتوانایی مینوی را،
به پیروان آیین راستی ارزانی دار،
تا دیگران را به آ یین پاک راستی راهنمایی کنند،
و در پیشرفت آبادانی گیتی بکوشند.

۵۰/۴

ای مزدا اهورا،

در پرتو راستی ،
اندیشه ی نیک و توانایی مینوی با سرودهای خود ترا ستایش می کنم .
باشد، که در سرای سرود ،
به همراه پیروان آیین راه راستی،
به نیایش تو گوش فرادهیم .

۵۰/۵

ای اهورا ،
باشد، که بینش و راستی در گیتی فراگیر شود.
با سرودهای شادی آفرین به تو روی می آورم ،
مرا یاری کن .

۵۰/۶

ای مزدا ،
برای بزرگداشت راستی ،
زرتشت سرودهای **گاتا ها** را با آوای بلند می خواند،
باشد، که برای راهنمایی پیروان راه راستی او را توانا گردانی .

۵۰/۷

برای گسترش آیین مینوی تو،
پیروان راه راستی را به سرزمین های پهناور روانه می کنم ،
ای مزدا،

در پرتو راستی و اندیشه ی نیک مرا یاری کن .

۵۰/۸

ای مزدا،

با دست های برافراشته و با فروتنی،
باسرودهای شایسته ترا می ستایم ،
ودر پرتو راستی واندیشه ی نیک،
با گام های استوار به تو روی می آورم .

۵۰/۹

ای مزدا،

با سرودهای اندیشه برانگیز و دلبستگی،
در پرتو راستی و کرداری که برخاسته از اندیشه ی نیک است ،
به تو روی می آورم.
مرا از برترین پاداش های مینوی برخوردارکن .

۵۰/۱۰

ای مزدا اهورا،

آن چه در گذشته انجام داده ام،
اکنون و در آینده انجام خواهم داد،
همه در پرتو راستی واندیشه ی نیک است .
سرودهای ستایش،
در روشنایی سپیده دم و فروغ تابناک خورشید،
برای گرامیداشت تو بوده و می باشد .

۵۰/۱۱

ای مزدا ،

تا آن جا که توان دارم ،
ترا می ستایم ،
باشد ، که در پرتو راستی واندیشه ی نیک ،
گیتی را تازه وبارور گردانم .

گاتا ها
بخش ۴
وُهوخْشتَرگات
سرود ۱۶
هات ۵۱

۵۱/۱

ای مزدا ،

توانایی مینوی نیک،
یاری کننده ترین و بارورترین فروزه ها است ،
که در پرتو راستی به پیروان آیین مینوی خود ارزانی کرده یی،
تا آنان را به برترین کردارها برانگیزد .
من پیوسته در این راه می کوشم .

۵۱/۲

ای اهورا مزدا ،

تو نخستین آموزگاری ، که پیروان راه راستی به تو پیوسته اند،
و در پرتو اندیشه ، گفتار و کردار نیک ،
برای شنیدن آموزش های تو گرد آمده اند .

۵۱/۳

ای اهورا مزدا،

تو آموزگار کسانی هستی، که در کردارشان یک پارچه به تو پیوسته اند،
و در پرتو اندیشه ی نیک در گفتار و کردار،
گوش به آموزش های تو دارند.

۵۱/۴

ای مزدا ،

پرسش هایی دارم ، آن ها را برمن آشکار کن .

کجا مهر ورزی آشکار می شود ؟
کی به راستی ارج گذاشته می شود ؟
کی شادمانی و بهزیستی برپا می شود ؟
کی پارسایی ، اندیشه ی نیک و توانایی پاک مینوی را به پیروان آیین راستی ارزانی می داری ؟

۵۱/۵

ای مزدا،

پرسشی دارم ، آن را بر من آشکار کن .
رهبر خردمند، ارجمند و آموزگار راستی ،
چگونه گیتی را تازه کرده و به پیشرفت می رساند ؟

۵۱/۶

ای اهورا مزدا ،

در پرتو توانایی پاک مینوی به پیروان آیین راه راستی ،
که راستی و پارسایی را برگزیده اند ،

برترین پاداش ها را ارزانی دار .

۵۱/۷

ای مزدا ،

تو گیتی، آب وگیاه را آفریدی ،
با خرد پاک خود رسایی وجاودانگی بخشیدی ،
پرتو اندیشه ی نیک را بر من ارزانی دار ،
تا آیین مینوی ترا با استواری به دیگران بیاموزم .

۵۱/۸

ای مزدا ،

هر دانا و خردمندی ،
که مردم را از پیامد رفتار بد آگاه کند و به آنان بیاموزد ،
که پایان رفتار زشت ، بدبختی است ،
و سرانجام کردار نیک خوشبختی است.
کسی خرسند است،

که با سخنان ناب آیین راستی را بگستراند .

۵۱/۹

ای مزدا ،

خردمند را پاداش می دهی ، و دروند را از آزمایش سخت می گذرانی .

آیین مینوی تو پیروان راه راستی را خوشبخت می کند.

و دروندان به تباهی کشیده می شوند.

۵۱/۱۰

ای مزدا ،

دروندان گیتی را به تباهی می کشند ،

باشد ، که در پرتو راستی پیروان آیین مینوی ،

به پاداش نیک برسند.

۵۱/۱۱

ای مزدا ،

دوست **زرتشت اسپنتمان** کسی است ،
که با راستی رایزنی کند ،
و در پرتو اندیشه ی نیک و پارسایی ،
خواستار انجمن نیکی **مغان** است .

۵۱/۱۲

زرتشت اسپنتمان،

از بدرفتاری کاوی ها خشنود نیست،
در زمستان سرد، هنگامی که از گذرگاه زیرفرمان آنان می گذشت ، راه را براو بستند .
آنان برای آبادانی گیتی کوشش نمی کنند و دلبستگی به رسایی وزندگی مینوی ندارند .

۵۱/۱۳

دروندان از بینش وخرد بی بهره اند ،
گفتار وکردارشان از راه راستی دور می شود،
ودر داوری میان خوب و بد ناتوانند ،
ودچار سرزنش روان می شوند .

۵۱/۱۴

کرپن ها، با آیین پیروان راه راستی سرناسازگاری دارند ،
و با اندیشه وکردار بد، به کشاورزی وآبادانی گیتی آسیب می رسانند ،
و در این رفتار پافشاری می کنند .

۵۱/۱۵

ای اهورا مزدا ،

برای انجمن نیکی مغان جایگاه ورجاوند خود را نوید داده یی ، باشد ، که درپرتو راستی واندیشه ی نیک به آن دست یابد .

۵۱/۱۶

کی گشتاسپ،

به آیین مینوی تو روی آورد ،
و به انجمن نیکی **مغان** پیوست ،
درپرتو راستی واندیشه ی نیک ،
پاداش خود را به او ارزانی دار .

۵۱/۱۷

ای مزدا اهورا ،

فرشوستر هِوُگوَ ،

با بینش و خرد ،
با شایستگی در راه راستی گام برمی دارد ،
به او توانایی نیک مینوی را بر او ارزانی دار .

۵۱/۱۸

جاماسپ هِوُگوَ ،

در پرتو راستی، اندیشه ی نیک ، بینش وخرد به آیین مینوی تو درآمد.

ای اهورا مزدا ،

توانایی نیک مینوی را بر او ارزانی دار .

۵۱/۱۹

مدیوماه اسپنتمان ،

در پرتو بینش به آیین راستی درآمد،

او دریافت، که درپرتو اندیشه ، کردار نیک و آموزش آیین مینوی در راه نیک بختی مردم گام بردارد.

۵۱/۲۰

ای مزدا ،

ای امشاسپندان،

همه یکدل شما را ستایش می کنیم ،
درپرتو اندیشه وگفتار نیک وپارسایی ،
راستی را به ما ارزانی دارید .

۵۱/۲۱

دانای پارسا ،
بااندیشه ، گفتار وکردار نیک و بینش و توانایی مینوی، فروزه های **اهورا مزدا** را ستایش می کند،
باشد ، که از پاداش او برخوردار شود .

۵۱/۲۲

ای مزدا ،
هرکه در پرتو راستی برترین نیایش ها را به جای آورد ،
با بازگویی نامش ، اورا گرامی می دارم و به سویش می روم .

گاتا ها

بخش ۵

وهیشتوایشتی گات

سرود ۱۷

هات ۵۳

۵۳ /۱

ای اهورا مزدا ،

آنان که اندیشه ، گفتار و کردار نیک آموختند ،

به آیین راستی درآمدند ،

و برترین آرزوی **زرتشت اسپنتمان** برآورده شد .

به او پاداش های شایسته ارزانی دار .

۲/ ۵۳

ای مزدا ،
برای خشنودی تو ،
کی گشتاسپ و **فرشوستر** یاران **زرتشت،**
به بینش و اندیشه ، گفتار وکردار نیک ترا ستایش می کنند.
ای اهورا ،
آنان پیروان آیینی هستند ،
که به رهایی بخش ارزانی کردی .

۳/ ۵۳

ای **پوروچیستای اسپنتمان،**
جوان ترین دختر **زرتشت ،**
اهورا مزدا،
کسی را که دارای اندیشه ی نیک، راستی و خرد است ،
به تو ارزانی می دارد.
با بینش خود رایزنی کن و با پارسایی رفتار کن.

۵۳ /۴

ای پدر،
با بینش وخرد رایزنی کردم ،
من او « **جاماسپ** » را که یار تو ، خویشاوندان و مردم است
به همسری برمی گزینم.
باشد،که زنی پارسا باشم،
وبرای آسایش خویشاوندان و درستکاران بکوشم .
اهورا مزدا ،
در زندگی بینش و اندیشه ی نیک به من ارزانی دارد .

۵۳ /۵

ای دختران و پسران که پیوند همسری می بندید،
اندرز مرا پیوسته به یاد داشته باشید ،
با بینش و خرد ودر پرتو راستی و اندیشه ی نیک زندگی کنید ،
و درمهرورزیدن بریکدیگر پیشی بگیرید .

۶/ ۵۳

ای زنان ومردان ،
با بینش وخرد ،
از آموزش ها بهره مند شوید .
به هوش باشید ،
که دروندان، راستی وآرامش را تباه و زندگی مینوی را نابود نکنند .

۷/ ۵۳

تا هنگامی که شور و وفاداری میان همسران است ،
از پیوستن به انجمن نیکی **مغان** بهره مند می شوند.
ولی اگر گرایش به دروغ داشته باشند ،
و ناراستی بر آنان چیره شود ،
از انجمن نیکی **مغان** دوری می گزینند ،
و در واپسین دم دچار افسوس می شوند .

۸/ ۵۳

فریب خوردگان با کردار نادرست خود خوار می شوند ،
وسپس پشیمان شده ، و خود را سرزنش می کنند.
راهنمایی خردمندانه به ناراستی و تبهکاری پایان می دهد،
و آرامش به مردم روی می آورد .

۹/ ۵۳

بداندیشان دد منش،
به راستی ودرستی آسیب می رسانند ،وسزاوار کیفرند .
کیست آن فرمانروای درستکار که آنان را از رفتار نادرست بازدارد ؟

ای مزدا،

با توانایی مینوی خود ،
مردمی را که با راستی زندگی می کنند ،
از برترین پاداش ها بهره مند کن .

هات ۵۴

۱/ ۵۴

ای اهورا مزدا ،
باشد که دوستی وبرابری که آرمان ما است ،
به ما روی آورد ،
ودل های مردم را شادمان کند .
در پرتو راستی ، اندیشه ی نیک و بینش،
مردم از پاداش تو بهره مند شود.

یادآوری

امشاسپندان (جاودان های پاک)، دربرگیرنده ی اهورا مزدا و شش فروزه ی او می باشند:

۱- **وهومن** (بهمن) ـ اندیشه ی نیک ، هوشیاری ، دانایی.

۲- **اشا وهیشتا** (اردیبهشت) ـ راستی ، درستی ، پاکی.

۳-**خشترویریه** (شهریور)ـ توانایی مینوی، شهریاری، فرمانروایی.

۴- **سپنتا آرمَیتی** (سپندارمذ)ـ پارسایی، فروتنی، خردمندی.

۵- **هیوروتات** (خرداد) ـ رسایی خوشبختی ، بالندگی.

۶ - **امرتات** (امرداد) ـ جاودانگی ، بی مرگی.

پاره یی از واژه های گات ها ، سخنان فرزانی و فرخویی زرتشت، برای دوستداران و دلبستگان به آیین مینوی ، نا آشنا وپرسش انگیز است ، به گونه یی کوتاه بازگو می شود .

گرهما ـ نام یکی از کاهنان آیین های پیش از زرتشت است، که با اندیشه های فرزانی وفرخویی زرتشت نا هم آوا بوده است.

کاوی ها و کرپن ها ـ پیشوایان دیویسنان، آیینی که پیش از زرتشت ، مردم به آن گرویده بودند ، وزرتشت برآن بود، با آموزش آیین مینوی، بهزیستی، آزادگی، رامش وسازندگی را به آنان بیاموزد.
از آن جا که کاوی ها وکرپن ها پذیرای نوآوری، شادزیوی وآبادانی نبودند، مردم را بر زرتشت می شوراندند .

دروند، دروندان ـ پیروان آیین های مردم آریایی پیش از زرتشت بوده اند ، که با آموزش های زرتشت سر ستیز داشتند.

سپنتا منیو ـ منش پاک .

انگره منیو ـ منش بد .

ارمغان به رهروان راستی،
نیک منشی و رسایی،
که به ارزش های فرهنگ کهن ایران زمین مهر دارند،
و به والایی و گسترش آن در گیتی می کوشند

ISBN 978-2-9543776-0-5

9 782954 377605